



أو تحدها ، بإمكانه خلال شهرين من
أن يقدم اعتراضه الى مكاتب اللجنه
١٢ - ٧ - ١٩٧٩
رئيس

يوم نشر الإعلان في الجريدة الرسمية
لحظية المذكورة .

ي. كينيغ
للجنة اللوائية للتنظيم والبناء
إس. أ. الشمال

اللجنة المحلية للتنظيم والبناء القسوة
يمكنه الاطلاع عليه بدون مقابل في أي
١٩٧٩-٨٥

ر. ليفسي
س. اللجنة اللوائية للتنظيم
والبناء - لواء القدس

١٩٧٩-٧-٢٥
رقم

من حق له حسب النظم
الاعلان في الجريدة الرسمية
في المذكورة
ر. ليفسي
الجنة العامة للنظم

والبناء - لواء القدس

صفحة المرأة

== اعداد أم عماد ==



سيدتي الأم

هكذا تبعدين شبح الشلل عن جسم طفلك

يصيب المريض ويستقر في الجهاز العصبي فيصيب الشلل في أحد الأطراف وخضعة مصيب إحدى الساقين ، أو الساقين معا .

ولا بد من التساؤل ، متى ، بدأت تظهر عوارض الشلل ؟؟

في صيف عام ١٩٤٧ ، وهو أول تاريخ عرف فيه الشلل ، سجلت في «الكتا» ٧٥٠٠ حالة شلل ، بالإضافة إلى الحالات الكثيرة المماثلة التي سجلت في الدول النامية .

لكن ، كيف ، تبدو علامات هذا المرض ؟؟

تبدأ عوارض هذا المرض عادة ، بحالة تشبه الرشح البسيط ، مع التهاب بالحنجرة ، وحرارة مرتفعة مع وجع في الرأس ، وتبين على المريض حالة من الوهن والشفط العام . وخلال أيام تبدأ عوارضه الخفية ، تظهر حسب استقرار الفيروس ، والجسم وحسب موقع الحقنة الجسمية من الجهاز العصبي . وغالبا ما يصيب الأطفال الساقين معا . أو ساقا واحدة ، كما يصيب أيضا جهاز التنفس مما يشل عضلات الصدر وعضلات التنفس ويسبب الوفاة . وفي إصابة الرجلين ، تفاد العضلات صلابتها وحساسيتها فلا يعود الطفل المصاب يقوى على الوقوف على قدميه ولا يعود يمشي بالأقدام إذا وخز بالبرودة . وهناك حالات استثنائية ، تصاب فيها الذراع بالشلل :

والسؤال المطروح الآن كيف تصدى للطب مرض الشلل ؟؟

للأسف ، لم يتوصل الطب رغم تقدمه إلى علاج شاف ، كليا ، من هذا المرض ، وهنا يكمن سبب خوف الجميع منه إذ كل ما نعله الطب في مواجهته الشلل ، أنه اكتفى بالحقنات وتذكيت العضلات والاطراف الباردة ، أما مجال العلاج الطبيعي فنلت مراكيز خاصة ومختصة من أجل تخفيف المضاعفات الحسية وتدريب العضلات على العمل الطبيعي لها مع الجلسات الكهربائية .

ولما الأطباء في الدول التي تعاني من الجراحات وذرع العضلات وكل هذه العلاجات بالبطيخ ، تخلص سنوات عدة ورغم كل هذا جدد وأن ترك الرا .. ولكن بنظر أطباء الأطفال أن خير علاج لهذا المرض ، هو الوقاية منه بالتطعيم ضد .

أن تاريخ اكتشاف اللقاح المضاد للشلل يعود إلى عام ١٩٥٧ وكان يعطى بيرة واحدة مرة واحدة ، حيث درست حوله حتى عام ١٩٦٦ . حيث حصل تطور بطيء من حيث اكتشاف اللقاح يعطى عند طريق الفم وبمعدل عالية مضادة وبمؤونة ، ولا تزال الدراسات حول هذا اللقاح مستمرة حتى هذا الحاضر وتوافرت عدة أنواع منه ، كما وأن الشركات المختصة بتنتاجه تتنافس في جودته وفاعليته .. واليوم يعتبر هذا اللقاح من أفضل اللقاحات المستخدمة ضد الشلل .

ومن ناحية أخرى ، لابد من حفظ اللقاحات في التلاجات تحت درجة حرارة معينة . وذلك لكي يحتفظ اللقاح بفاعليته . ولذلك يجب تجنب إذا سمعنا أن أحد الأطفال أصيب بالشلل رغم أنه لم يتلق ، لأن السبب يعود إلى فقدان اللقاح لفاعليته .

واللقاح عادة يعطى جرعة كل شهر على مدى ثلاث جرعات ابتداء من الشهر الثاني ، ومن ثم يعطى اللقاح كل ستة شهور لتثبيته وتذكيره حتى العشر سنوات . ولابد أن يتأكد الطبيب تحت إشراف طبيب أطفال .

والخبر الثاني أن يشارك الأطباء الهيئات الطبية بالبلد والمواطنة على تلحق أولادهم وأطفالهم لكي تبعد شبح الشلل عن أجساد أطفالهم .

شلل الأطفال هو المرض الذي يكتسب التفكير فيه لكي نعرف كيف نتجنب الإصابة من الأمراض في الأيام الأخيرة شهدت عديدات الأطباء الإحصاءات والمعلومات أطفال من أجل تفهمهم ضد الشلل وبمخاطره الصحية ومريض الشلل يهبط أطباء الأطفال أكثر من الإصل لأنه من أكثر الأمراض الفتية في التنفس . رؤية طفل مقعد أو مشلول ، يشي وهو يمر بمرحلة أو يمر بمرحلة من الشلل .

لكن ، ما هو مرض الشلل ؟؟

الشلل ، هو حالة من الشلل (الشلل) ، حيث يفقد العضلات قدرتها على العمل . وهذا يحدث عادة ، مع التهاب بالحنجرة ، وحرارة مرتفعة مع وجع في الرأس ، وتبين على المريض حالة من الوهن والشفط العام . وخلال أيام تبدأ عوارضه الخفية ، تظهر حسب استقرار الفيروس ، والجسم وحسب موقع الحقنة الجسمية من الجهاز العصبي . وغالبا ما يصيب الأطفال الساقين معا . أو ساقا واحدة ، كما يصيب أيضا جهاز التنفس مما يشل عضلات الصدر وعضلات التنفس ويسبب الوفاة . وفي إصابة الرجلين ، تفاد العضلات صلابتها وحساسيتها فلا يعود الطفل المصاب يقوى على الوقوف على قدميه ولا يعود يمشي بالأقدام إذا وخز بالبرودة . وهناك حالات استثنائية ، تصاب فيها الذراع بالشلل :

والسؤال المطروح الآن كيف تصدى للطب مرض الشلل ؟؟

للأسف ، لم يتوصل الطب رغم تقدمه إلى علاج شاف ، كليا ، من هذا المرض ، وهنا يكمن سبب خوف الجميع منه إذ كل ما نعله الطب في مواجهته الشلل ، أنه اكتفى بالحقنات وتذكيت العضلات والاطراف الباردة ، أما مجال العلاج الطبيعي فنلت مراكيز خاصة ومختصة من أجل تخفيف المضاعفات الحسية وتدريب العضلات على العمل الطبيعي لها مع الجلسات الكهربائية .

ولما الأطباء في الدول التي تعاني من الجراحات وذرع العضلات وكل هذه العلاجات بالبطيخ ، تخلص سنوات عدة ورغم كل هذا جدد وأن ترك الرا .. ولكن بنظر أطباء الأطفال أن خير علاج لهذا المرض ، هو الوقاية منه بالتطعيم ضد .

أن تاريخ اكتشاف اللقاح المضاد للشلل يعود إلى عام ١٩٥٧ وكان يعطى بيرة واحدة مرة واحدة ، حيث درست حوله حتى عام ١٩٦٦ . حيث حصل تطور بطيء من حيث اكتشاف اللقاح يعطى عند طريق الفم وبمعدل عالية مضادة وبمؤونة ، ولا تزال الدراسات حول هذا اللقاح مستمرة حتى هذا الحاضر وتوافرت عدة أنواع منه ، كما وأن الشركات المختصة بتنتاجه تتنافس في جودته وفاعليته .. واليوم يعتبر هذا اللقاح من أفضل اللقاحات المستخدمة ضد الشلل .

ومن ناحية أخرى ، لابد من حفظ اللقاحات في التلاجات تحت درجة حرارة معينة . وذلك لكي يحتفظ اللقاح بفاعليته . ولذلك يجب تجنب إذا سمعنا أن أحد الأطفال أصيب بالشلل رغم أنه لم يتلق ، لأن السبب يعود إلى فقدان اللقاح لفاعليته .

واللقاح عادة يعطى جرعة كل شهر على مدى ثلاث جرعات ابتداء من الشهر الثاني ، ومن ثم يعطى اللقاح كل ستة شهور لتثبيته وتذكيره حتى العشر سنوات . ولابد أن يتأكد الطبيب تحت إشراف طبيب أطفال .

والخبر الثاني أن يشارك الأطباء الهيئات الطبية بالبلد والمواطنة على تلحق أولادهم وأطفالهم لكي تبعد شبح الشلل عن أجساد أطفالهم .

واللقاح عادة يعطى جرعة كل شهر على مدى ثلاث جرعات ابتداء من الشهر الثاني ، ومن ثم يعطى اللقاح كل ستة شهور لتثبيته وتذكيره حتى العشر سنوات . ولابد أن يتأكد الطبيب تحت إشراف طبيب أطفال .

والخبر الثاني أن يشارك الأطباء الهيئات الطبية بالبلد والمواطنة على تلحق أولادهم وأطفالهم لكي تبعد شبح الشلل عن أجساد أطفالهم .

واللقاح عادة يعطى جرعة كل شهر على مدى ثلاث جرعات ابتداء من الشهر الثاني ، ومن ثم يعطى اللقاح كل ستة شهور لتثبيته وتذكيره حتى العشر سنوات . ولابد أن يتأكد الطبيب تحت إشراف طبيب أطفال .

والخبر الثاني أن يشارك الأطباء الهيئات الطبية بالبلد والمواطنة على تلحق أولادهم وأطفالهم لكي تبعد شبح الشلل عن أجساد أطفالهم .

جمالك وانت في العشرين

الوجه كله ..
● البودرة وأحمر الخدود
دائما ما يساعدك أحمر الخدود سواء كان بودرة أو كريم على إبراز تلميح بشرتك وتشكيل وجهك على حسب ما تريدين من طرز جملة أقل استدارة أو أكثر طولاً . وهو يوضع عادة بعد كريم الأساس وقبل البودرة . فإذا كان وجهك مستطيلاً اختاري الألوان الباردة وضميها بشكل يضاوي نوى خديك .

● الوجه الطويل يصلح له كريم الأساس فاتح يوضع فوق كريم غامق يمتد ناحية الصدغين .
● الوجه المثلث يصلح له أحمر الخدود يوضع على شكل دائري أعلى الوجنتين ويبدأ من الأنف . أما البودرة فهي مفيدة جداً لجمال وجهك وبخاصة في المساء لأنها تغطي كريم الأساس وأحمر الخدود وتثبت المكياج . وينبغي أن تختاري لوناً فاتحاً قليلاً من المكياج الأساس ... ولا تستعملي البودرة الكثيفة ، بل طبقة كبيرة من التلميح الزائد تحت البودرة الناعمة ووجهك وأحمر الخدود يوضع فوقها برفق بفرشاة نظيفة . وكل ما المسك به لا تضيي أن جمالك مهما كان بارعا قد يفقد شيئا بسيطة مثل تسريحة سيئة مثلا .. أو ملابس مكرهة .. أو مشية غير لائقة .. فكني دائما معتدة بنفسك وبثقافتك وسهده لك الجميع بذلك .. وجبلة ..

طريقة وضع الكريم
● أول شرط هو نظافة الجلد وتكديدا للأك بالي قطعة من القطن في «اللوسيون» القوي المتواجد داخلها بالماء ونفريها فوق وجهك .
● خذي في يدك اليسرى قليلا من المستحضر حتى يخذ حرارة جسمك فيسهل تسخيره فوق وجهك بطريقة انضغاط .
● بواسطة أصبعيك خذي لست من المستحضر فوق جبينك ووجهك وتحتك ونوى الرقبة وخرق الأنف .

● سيجي الآن ، بواسطة قطعة مبللة خفيفا من التلميح .. مع تحريك من سواي الكريم فوق مناطق

أبدا أنها ليست في حاجة إلى عناية .. فهذا خطأ كبيرا .. فهي محتاجة إلى نظافة مستمرة وغنية بكريم مغز في التسريع على الأقل .. ويستحسن أن تضيي القليل من الكريم يوميا تحت البودرة إذا كنت تستعملينها لتسود بشرتك من تلميح الجمر والرقبة .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

● سيجي الآن ، بواسطة قطعة مبللة خفيفا من التلميح .. مع تحريك من سواي الكريم فوق مناطق

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

أنت مخطئة إذا تصورتي أن جمالك هذا الطبيعي سوف يتولى شئ نفسه !
هناك نقطة أحب أن التفت نظرك إليها وهي أنه عادة يحدث في الجمال نفس ما يحدث في الصحة تباينا «الوقاية خير من العلاج» .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

أنت مخطئة إذا تصورتي أن جمالك هذا الطبيعي سوف يتولى شئ نفسه !
هناك نقطة أحب أن التفت نظرك إليها وهي أنه عادة يحدث في الجمال نفس ما يحدث في الصحة تباينا «الوقاية خير من العلاج» .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

أنت مخطئة إذا تصورتي أن جمالك هذا الطبيعي سوف يتولى شئ نفسه !
هناك نقطة أحب أن التفت نظرك إليها وهي أنه عادة يحدث في الجمال نفس ما يحدث في الصحة تباينا «الوقاية خير من العلاج» .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

أنت مخطئة إذا تصورتي أن جمالك هذا الطبيعي سوف يتولى شئ نفسه !
هناك نقطة أحب أن التفت نظرك إليها وهي أنه عادة يحدث في الجمال نفس ما يحدث في الصحة تباينا «الوقاية خير من العلاج» .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

تد تحت الفتاة التي في وجهها حبوب بقايا لا تستطيع أن تضع مكياجها على وجهها وهذا خطأ ولكن للشرب الوحيد تستعملها المكياج في حالة وجود حبوب هو حصولها على مستحضرات تجعل من التلميح الجيد ... ومن ميزاته أنه لا يترك في الحبوب ما يجعلها تظلم وتكبر حتى لا تفقد مكياجك .

ممسات دافئة

لن لين يا حبيبي ، يا زين الشباب ، الحب يأتي - حين - كالزوال : لا يطلب جواز سفر ، ولا تأشيرة - ل - ولا يطلب يد الأرض من سلطاتها الرسمية . لن لين يا حبيبي ، يا زين الشباب ، الحب يتجر حين - كالبركان : لا يطلب أذنا بالاقامة ، أو اجازة تنقيب - لن لين : الحب يتدفق كالسيل ، لا يتوقف أمام أشواق - ر - الحمر ، ولا يسرع صفارات الحرس ، ولا يبالي - بارات السير - بمنوع المرور طريق مسدود . منحصر ... وأنا يجرفها كلهما نسي طريقته ...

تلك ، كنت أبدا منفيته خارج الأشياء ، منفيته خارج

ة الحزن ، خارج دائرة النرج ، خارج عالم الانتظار .

لا تسلي بن التفتت ، فكلوجه يطالعني يعذبني لأنه

... وجبك ...

سأظل أكتب اليك ...

لاجل أن لا ننسى

لاجل أنني أحببتك

لاجل أنني أحببت

(عن كتاب حب ، لخلعة السنان)

مين تفقد الحياة الزوجية بريقها

تدل آخر الإحصائيات أن حوالي ثلث من البيوت الزوجية تنهزم في الملل ، ونحن نعيش هذا المرض الزوجي نهرب السعادة إلى غير ... لذلك علينا أن نوضح كسل ... كسلنا ونصرفنا ، حتى لا نندح ... ل جلالا وتدخل . ومتى مرضنا ... نال ومصدره ، نستطيع أن نعيد ...

تدل آخر الإحصائيات أن حوالي ثلث من البيوت الزوجية تنهزم في الملل ، ونحن نعيش هذا المرض الزوجي نهرب السعادة إلى غير ... لذلك علينا أن نوضح كسل ... كسلنا ونصرفنا ، حتى لا نندح ... ل جلالا وتدخل . ومتى مرضنا ... نال ومصدره ، نستطيع أن نعيد ...

تدل آخر الإحصائيات أن حوالي ثلث من البيوت الزوجية تنهزم في الملل ، ونحن نعيش هذا المرض الزوجي نهرب السعادة إلى غير ... لذلك علينا أن نوضح كسل ... كسلنا ونصرفنا ، حتى لا نندح ... ل جلالا وتدخل . ومتى مرضنا ... نال ومصدره ، نستطيع أن نعيد ...

تدل آخر الإحصائيات أن حوالي ثلث من البيوت الزوجية تنهزم في الملل ، ونحن نعيش هذا المرض الزوجي نهرب السعادة إلى غير ... لذلك علينا أن نوضح كسل ... كسلنا ونصرفنا ، حتى لا نندح ... ل جلالا وتدخل . ومتى مرضنا ... نال ومصدره ، نستطيع أن نعيد ...

تدل آخر الإحصائيات أن حوالي ثلث من البيوت الزوجية تنهزم في الملل ، ونحن نعيش هذا المرض الزوجي نهرب السعادة إلى غير ... لذلك علينا أن نوضح كسل ... كسلنا ونصرفنا ، حتى لا نندح ... ل جلالا وتدخل . ومتى مرضنا ... نال ومصدره ، نستطيع أن نعيد ...

تدل آخر الإحصائيات أن حوالي ثلث من البيوت الزوجية تنهزم في الملل ، ونحن نعيش هذا المرض الزوجي نهرب السعادة إلى غير ... لذلك علينا أن نوضح كسل ... كسلنا ونصرفنا ، حتى لا نندح ... ل جلالا وتدخل . ومتى مرضنا ... نال ومصدره ، نستطيع أن نعيد ...

هكذا من أجل

٢٢ جنبها لأنه كان يؤخذ بسرعة جنونية والسرعة الجنونية كانت ٥ ميلا في الساعة .
وقد قام اهالي المنطقة بعمل